

El deseo de sentido

Maria del Mar Griera



Maria del Mar Grieria Llonch. Doctora en Sociología, catedrática de la Universidad Autónoma de Barcelona y directora del grupo de investigación ISOR (Investigaciones en sociología de la religión). Ha recibido varios premios y distinciones por su investigación en el ámbito de la sociología de la religión, la diversidad religiosa y las nuevas formas de espiritualidad.

Esta publicación se distribuye gratuitamente. Colabora y únete a las personas que lo hacen posible.

- Bizum código: 05291
- Transferencia: ES23 2100 3205 1225 0002 4607
- www.cristianismeijusticia.net/es/donativos

Edita Cristianisme i Justícia. Roger de Llíria, 13, 08010 Barcelona
Tel. 93 317 23 38, e-mail: info@fespinal.com, www.cristianismeijusticia.net
Imprime: Ediciones Rondas S.L. Depósito Legal: B 15249-2026
ISBN: 978-84-9730-579-2, ISSN: 0214-6509, ISSN (virtual): 2014-6574

Dibujo de la portada: Ignasi Flores. Edición: Anna Barba Codina y Santi Torres
Traducción del texto: Anna Barba Codina. Maquetación: Pilar Rubio Tugas
Impreso en papel y cartulina ecológicos. Septiembre del 2026

EL DESEO DE SENTIDO
RELIGIÓN Y ESPIRITUALIDAD
EN UNA SOCIEDAD SECULARIZADA

Maria del Mar Grieria Llonch

Introducción	5
¿De dónde venimos? Claves para pensar el cambio de época	7
¿Dónde estamos? Radiografía de un proceso de transformación	11
¿De qué hablamos cuando hablamos de religión?	16
¿Qué ha cambiado? Un mundo en transformación	23
Conclusión: la búsqueda de sentido en un mundo convulso	31
Bibliografía	35
Preguntas para la reflexión	37

Este cuaderno se basa en las reflexiones expuestas por la profesora Maria del Mar Griera Llonch en la conferencia inaugural del curso 2025-2026 de Cristianisme i Justícia. La conferencia formaba parte del curso ¿Qué significa creer hoy?

Puedes recuperar la conferencia en nuestro [canal de YouTube](#).

INTRODUCCIÓN

Hay algo desconcertante sobre el lugar que ocupa hoy la religión. Parecería que debería tener cada vez menos peso: las iglesias están más vacías, la práctica dominical disminuye de forma sostenida y la transmisión católica entre generaciones se ha debilitado profundamente. Y, sin embargo, la religión no termina de retirarse del paisaje cultural. Reaparece en lugares donde quizá no la esperábamos: en el imaginario visual y sonoro de Rosalía, en el éxito de grupos como Hakuna, en la fuerza simbólica de una visita papal multitudinaria, en el interés por prácticas espirituales como la meditación o en el uso político de determinados símbolos religiosos. Este contraste no invalida la secularización, pero sí obliga a pensarla mejor. Quizá lo que tenemos ante nosotros no sea un simple retorno de la religión, sino una transformación de sus formas de presencia.

Para comprender este cambio, no basta con fijarse en las estadísticas. También hay que tener en cuenta cómo ha cambiado la propia manera de vivir y justificar la creencia. Lo ilustraré con una anécdota. Cuando yo preguntaba a mi abuela por qué creía en Dios, la respuesta era siempre la misma: «porque sí». La frase, aparentemente simple, pertenecía a un mundo en el que la creencia no necesitaba convertirse en un argumento biográfico. No signi-

ficaba que todo el mundo creyera de la misma manera, ni que aquella fe fuera siempre intensa o reflexiva. Significaba que existía un entorno social que hacía plausible creer sin tener que explicarse constantemente. El calendario, los ritos familiares, la muerte, la fiesta y una determinada gramática moral hacían plausible esa evidencia. Hoy, en cambio, incluso quienes se declaran creyentes suelen sentir la necesidad de explicar por qué creen, cómo han lle-

gado a ello o qué les aporta la religiosidad. Ya no se trata de una adhesión automática ni dada por descontada. Y este desplazamiento es una de las claves del presente: no solo ha cambiado el peso social de la religión, sino también la manera en que la creencia se justifica, se vive y se hace inteligible.

Itinerario del cuaderno

Este texto parte de estas observaciones para explorar cómo se están transformando las formas de creer y de vivir la religiosidad en el siglo XXI. En primer lugar, examinará de dónde venimos y qué papel ha desempeñado el

relato de la secularización en la forma moderna de entender la religión. Después, describirá dónde estamos a partir de los datos sobre creencia, práctica, identificación y espiritualidad. En tercer lugar, propondrá distinguir entre la religión como identidad cultural y la religión como experiencia de trascendencia. Finalmente, analizará algunos cambios del mundo contemporáneo –la globalización cultural, la aceleración, el capitalismo emocional, la crisis de las mediaciones y la cultura de la autooptimización– que ayudan a comprender por qué el paisaje religioso actual es, al mismo tiempo, más frágil institucionalmente y más complejo simbólicamente.¹

1. Agradezco a Laia García Muñoz el apoyo en la revisión de este texto y sus comentarios pertinentes. También a las personas de Cristianisme i Justícia por haberme invitado a dar una conferencia, y por sus comentarios siempre pertinentes.

¿DE DÓNDE VENIMOS? CLAVES PARA PENSAR EL CAMBIO DE ÉPOCA

Venimos de un mundo que se pensó a sí mismo bajo el signo de la secularización. Durante mucho tiempo, una parte central de la sociología, de la filosofía y del pensamiento moderno dio por sentado que el progreso conduciría inevitablemente al retroceso de la religión. La modernización debía comportar racionalización, desencantamiento, autonomía individual y diferenciación de las esferas sociales. En ese horizonte, la religión parecía condenada a perder centralidad, a repliegarse en el ámbito privado o, incluso, a desaparecer gradualmente como principio de orientación colectiva. Este relato no solo describía una transformación social, sino también una determinada comprensión del progreso. Modernizarse significaba, en gran medida, emanciparse de un mundo regido por tradiciones religiosas y órdenes simbólicos heredados, a medida que avanzaban otros referentes como la ciencia, la técnica y la reflexividad moderna.

Reflexiones sobre modernidad y religión

Este relato no surgió de la nada. Fue articulado con fuerza por autores que marcaron la forma contemporánea de pensar la relación entre modernidad y religión. Max Weber (1905) describió nuestra época como el tiempo de la racionalización y del «desencantamiento

del mundo». Su intuición sigue siendo poderosa porque no se limita a decir que la religión pierde peso; también afirma que cambia la propia textura de la relación con la realidad. El mundo ya no aparece como un cosmos atravesado por fuerzas, presencias y significados últimos, sino como un espacio sometido al cálculo, la administración y el control. Los «valores últimos y más

sublimes», por decirlo en sus propios términos, se retiran de la vida pública y buscan refugio bien en la interioridad mística, bien en la intensidad de las relaciones humanas directas. Este movimiento es importante porque anticipa una idea que hoy nos resulta muy familiar: cuando lo sagrado retrocede del espacio público, no desaparece necesariamente, sino que tiende a replegarse hacia la experiencia subjetiva.

Años más tarde, Marcel Gauchet (1985) formuló esta mutación en términos diferentes pero complementarios. Según él, el cristianismo sería, paradójicamente, «la religión de la salida de la religión». La expresión puede parecer provocadora, pero apunta a una idea muy precisa: en el cristianismo, lo divino deja de estar vinculado al mundo de la naturaleza y se desplaza hacia una interiorización en el ser humano. Esto no significa que el cristianismo suprima la trascendencia, sino que abre el camino a un tipo de subjetividad en la que el ser humano adquiere una nueva responsabilidad sobre sí mismo y sobre el mundo. De algún modo, lo que después llamaremos «ser secular» no aparece contra el cristianismo, sino que emerge dentro de las propias condiciones de posibilidad del cristianismo occidental. Esta intuición es relevante porque ayuda a comprender que la secularización europea no es simplemente la desaparición de una religión, sino una transformación histórica inscrita en la propia genealogía cristiana.

También Charles Taylor (2007), desde otra tradición filosófica, ha insistido en que la modernidad no debe leerse únicamente como el paso de una sociedad religiosa a una sociedad no religiosa. Según él, lo importante

es poner el foco en el cambio de las condiciones de posibilidad de la creencia. Taylor nos dirá que todos vivimos en una «era secular», también los creyentes. No porque todo el mundo haya dejado de creer, sino porque la fe ha dejado de ser evidente, algo dado por supuesto. Con la modernidad, ya no es una autoridad externa la que define de manera indiscutible el sentido del mundo. Lo que se cree, y la manera en que se cree, pasa cada vez más por la conciencia individual, por la experiencia, por el discernimiento y por la necesidad de verificar interiormente aquello que antes venía avalado por la tradición. Incluso quien permanece fiel a una religión heredada lo hace en unas condiciones culturales nuevas: las de la pluralidad y la posibilidad permanente de no creer.

Anthony Giddens (1991) lo expresó con un lenguaje que también ayuda mucho a pensar este cambio: en la modernidad tardía, el yo se convierte en un proyecto reflexivo. Ya no somos únicamente aquello que hemos recibido, sino aquello que hacemos de nosotros mismos. Esta formulación, que puede sonar liberadora, contiene también una forma de presión. Si el yo es un proyecto, entonces cada persona se ve obligada a construirse, explicarse y sostenerse narrativamente. La identidad deja de ser un legado y se convierte en una tarea. Y esta exigencia afecta igualmente a la religión. Creer ya no consiste simplemente en habitar una tradición; implica justificar una opción, integrarla en un relato de vida y presentarla como una decisión consciente y coherente. La fe se reflexiviza. Quizá se vuelve más personal, pero también más frágil.

En la bisagra de un cambio de época

Es aquí donde el contraste con el mundo anterior se hace más visible. Durante mucho tiempo, al menos en sociedades como la nuestra, la religión formó parte de un tejido de continuidades. Las cosas llegaban unas detrás de otras. El calendario no era solo una organización práctica del tiempo; era también una forma de situarse en el mundo. El domingo, la fiesta, el bautismo, la boda, el funeral, la oración, la parroquia y las relaciones entre generaciones componían una gramática compartida. No todo el mundo lo vivía con la misma intensidad, pero incluso quienes no eran especialmente practicantes se inscribían en un orden colectivo que hacía la religión inteligible y familiar. La fe no era una opción entre otras; ocupaba un lugar hegemónico.

Cuando este mundo se resquebraja, no desaparece únicamente una determinada práctica religiosa. Lo que se rompe es una forma de vida. Los rituales tradicionales dejan de marcar el ritmo de la vida compartida, la institución pierde autoridad simbólica, la transmisión entre generaciones se debilita y aquello que antes parecía natural se convierte en objeto de decisión. Peter Berger (1994) formuló esta mutación con una expresión memorable: «el imperativo herético». No porque todo el mundo se convierta en hereje en el sentido clásico del término, sino porque la modernidad obliga a elegir. Y elegir no solo entre creer o no creer, sino también entre diversas formas de creer, de pertenecer y de otorgar sentido a la existencia.

Este es, en el fondo, el verdadero umbral del cambio de época. No vivimos simplemente en un tiempo menos religioso que el pasado, como si la historia pudiera describirse como una línea recta que va de lo sagrado a su disolución. Vivimos, más bien, en un mundo en el que ha cambiado la forma social de la creencia. La pregunta por Dios, por lo sagrado, por el sentido o por la trascendencia no ha quedado abolida; lo que ha desaparecido es el automatismo de la respuesta. Por eso, la cuestión de fondo no es solo si ya somos seculares, o si creemos más o menos, sino qué significa ser religioso en un mundo donde cambian las formas de vivir la fe.

La secularización en el punto de mira

Ahora bien, es importante no confundir este relato con una ley universal. La secularización nos ayuda a comprender una parte fundamental de nuestra historia, pero no describe del mismo modo todas las sociedades ni todas las formas de modernidad. Es una lectura situada, marcada por la trayectoria europea, por el cristianismo occidental y por determinadas formas de organización política e institucional. No explica de la misma manera lo que ha sucedido en África, en la India o en amplias regiones de Asia, y ni siquiera puede aplicarse de forma homogénea a todo Occidente.

Por ello, es necesario matizar el relato de la secularización en dos sentidos. Por un lado, la modernidad no conduce necesariamente, en todas partes, a la desaparición de la religión.

Existen múltiples formas de modernidad y, en cada una de ellas, religión y secularidad se combinan de maneras diferentes. Por otro lado, la secularización tampoco es un proceso irreversible. Incluso en sociedades donde la religión parecía haber quedado fuertemente arrinconada, pueden surgir reactivaciones, mutaciones inesperadas o nuevas formas de presencia pública del hecho religioso. Véase, por ejemplo, el caso de la antigua Unión Soviética.

En definitiva, venimos de un mundo en el que la modernidad se pensó a sí misma como un proceso de secularización y en el que la secularización se interpretó a menudo como un

retroceso irreversible de la religión. Pero esta lectura, pese a su fuerza, no puede entenderse como el destino necesario de toda sociedad moderna. La modernidad no elimina simplemente la religión; más bien transforma sus coordenadas y desplaza sus centros de gravedad. Por eso, el cambio de época no debería entenderse como el simple paso de lo sagrado al vacío, sino como el paso de un régimen de evidencia a un régimen de pluralización. La creencia ya no es una herencia que se transmite automáticamente de generación en generación, sino una opción reflexiva, situada y sometida al cambio histórico.

¿DÓNDE ESTAMOS? RADIOGRAFÍA DE UN PROCESO DE TRANSFORMACIÓN

Si la primera pregunta era de dónde venimos, la segunda es inevitablemente dónde estamos. Y aquí conviene empezar con cierta cautela: cuando hablamos de religión en la sociedad contemporánea, nos referimos a un paisaje con muchos más matices de los que a menudo imaginamos. Con demasiada frecuencia se ha tendido a describir la secularización en términos dicotómicos, como una división clara entre ateos y creyentes, y al mismo tiempo como un proceso lineal hacia un mundo progresivamente vacío de religión. Pero cuando uno se acerca a los datos, lo que aparece no es tanto un desierto como un territorio fragmentado y lleno de paradojas. Vivimos, sin duda, en una de las sociedades más secularizadas del contexto europeo y del mundo. Pero es importante señalar los matices.

Una realidad fragmentada y compleja

La secularización es real. No es una ilusión estadística ni una exageración cultural. Tiene formas visibles y profundas. La primera es la ruptura de la transmisión generacional. Aquello que durante siglos había pasado de generación en generación con una relativa continuidad se ha debilitado enormemente en pocas décadas. Esta ruptura

no significa únicamente que haya menos práctica religiosa; significa que la religión ha perdido su condición de lenguaje de fondo compartido. Ya no estructura de manera espontánea la sucesión de las etapas vitales ni el paso de una generación a otra. En este sentido, los datos del Barómetro sobre la Religiosidad y la Gestión de la Diversidad (Centre d'Estudis d'Opinió, 2023) y del Barómetro sobre Religión y Creencias en España (Observatorio

del Pluralismo Religioso en España, 2025)² muestran que el 51 % de la población, tanto en Cataluña como en el conjunto del Estado español, afirma no tener creencias religiosas.

La segunda forma de esta secularización es la desritualización de la sociedad. Los ritmos religiosos que antes daban forma a la existencia cotidiana han retrocedido de manera muy notable. Esto se refleja en el descenso de la práctica religiosa, pero también en algo más profundo: los rituales han dejado de ocupar la centralidad que tenían como formas colectivas de vivir los momentos decisivos de la vida. En este caso, el barómetro español (OPRE, 2025) revela datos muy significativos: mientras que el 92 % de los encuestados está bautizado, solo el 48 % consideraría bautizar a sus hijos, lo que supone una reducción del 44 %; algo similar ocurre con la primera comunión (con un descenso del 47 %) y con la voluntad de celebrar un funeral religioso al final de la vida (solo un 30 % se lo plantea). No se trata de un simple cambio en la elección ceremonial. Es una mutación en la forma en que una sociedad se acompaña a sí misma en los umbrales de la vida y de la muerte. Cuando los rituales religiosos retroceden, no desaparecen únicamente unas prácticas; también se debilita una determinada manera de ordenar el tiempo y las biografías individuales y colectivas.

En nuestro contexto existe todavía un tercer elemento que hace que el pro-

ceso sea especialmente significativo: la crisis reputacional de la Iglesia. No se trata únicamente de una institución que ha perdido capacidad de transmisión o de convocatoria ritual. Se trata también de una institución que, en comparación con otros países europeos igualmente secularizados, ha visto erosionada de manera particular su legitimidad pública. En Cataluña y en el resto del Estado español, la Iglesia no solo retrocede, sino que lo hace arrastrando una baja reputación institucional y una valoración muy negativa de la figura del sacerdote. Es un aspecto importante porque indica que la secularización catalana no es únicamente un proceso de distanciamiento; es también un proceso de desafección.³

El aumento de la pluralidad religiosa

Ahora bien, decir todo esto no implica afirmar que la religión haya desaparecido. Y aquí es donde conviene resistirse a la tentación del diagnóstico demasiado rápido. Porque, pese a la ruptura de la transmisión, la desritualización y la crisis reputacional, la religión sigue presente en nuestro contexto. Como indican los datos, todavía hay un 46 % de la población española que se identifica como católica y un 8 % que pertenece a alguna minoría religiosa (OPRE, 2025). Entre estas minorías cabe destacar el crecimiento de las iglesias evangélicas, especialmente de orientación pentecostal, que están dando un nuevo

2. Da ahora en adelante, estas fuentes se citarán respectivamente como CEO (2023) y OPRE (2025).

3. Esto ayuda a entender, por ejemplo, por qué, a pesar de que el 48 % de la población catalana se considera creyente, solo el 13 % afirma asistir al lugar de culto cada semana, el 9 % cada mes, y el 21 % alguna vez al año (CEO, 2023).

impulso al cristianismo. Encuentros multitudinarios en espacios deportivos, predicadores en el metro o un número creciente de iglesias ubicadas en lugares tan diversos como polígonos industriales o espacios comerciales constituyen la nueva fisonomía del mundo evangélico. También el islam, inicialmente vinculado a la llegada de personas procedentes de países como Marruecos o Pakistán, ha crecido de forma gradual en los últimos años y se ha ido arraigando en el paisaje local. Se trata de una religiosidad que, si bien inicialmente estaba muy vinculada a las migraciones, hoy gana presencia entre jóvenes nacidos aquí que reivindican con fuerza la compatibilidad entre una identidad catalana o española y la pertenencia islámica.

En definitiva, este no es, ni mucho menos, el retrato de una sociedad homogéneamente desvinculada del hecho religioso. Los datos dibujan una religión más débil y descentralizada que en el pasado, pero no una religión inexistente. Esto obliga a desplazar la pregunta. Quizá ya no sea tan útil preguntarnos simplemente si nuestra sociedad es religiosa o no. La cuestión es otra: de qué manera lo es, con qué intensidad, en qué registros y con qué contradicciones. Porque muchas de las categorías que habían servido para leer el pasado se han vuelto hoy insuficientes.

La religión entre la juventud

Esta complejidad se aprecia con especial claridad en el análisis de la situación entre la juventud. La narrativa de la secularización lineal tendía a imaginar que cada nueva generación

sería menos religiosa que la anterior y avanzaría hacia una sociedad progresivamente atea. Pero la realidad no encaja en este esquema prefabricado: un 15,5% afirma acudir al lugar de culto «alguna vez al año», un 6,4% «alguna vez al mes» y un 9,8% cada semana (Albert-Blanco et al., 2025). La cifra no es especialmente elevada, pero sí lo suficientemente significativa como para impedir cualquier lectura simplista. No indica un retorno generalizado de la religión, pero sí la existencia de un núcleo de juventud practicante más importante de lo que a menudo se imagina. Al mismo tiempo, la no creencia entre los jóvenes no se traduce necesariamente en ausencia de espiritualidad. Más bien aparece una recomposición muy plural de los lenguajes del sentido, con una mezcla de distancia respecto a la institución, la búsqueda de una experiencia personal y una cierta indiferencia.

También resultan reveladoras algunas diferencias de género. En Cataluña, un 35% de los hombres afirman no pertenecer a ninguna religión, mientras que entre las mujeres la cifra desciende al 25% (CEO, 2023). Pero cuando se observa con más detalle la franja de 18 a 24 años, el panorama se complica aún más: según los datos del barómetro español (OPRE, 2025), la creencia en un Dios único es más alta entre los hombres jóvenes que entre las mujeres jóvenes, mientras que estas tienden más a expresar la creencia en términos de fuerza espiritual o naturaleza. Estos datos muestran que la religiosidad contemporánea no solo se transforma cuantitativamente, sino también semánticamente. No es únicamente que haya más o menos creencia;

es que cambia la manera de nombrarla, el vocabulario con el que se expresa y la forma simbólica que adopta.

Hacia una identificación cultural no religiosa

Pero quizá lo más interesante de todo sean las incongruencias; todas aquellas cosas aparentemente incomprensibles que emergen cuando revisamos las encuestas. Y es importante subrayarlo: las incongruencias no son solo un problema metodológico; son también una pista sociológica. Por ejemplo, entre la población catalana que se identifica como católica, un 23,4 % afirma que no cree en Dios o que no sabe si existe, y un 42,4 % no se considera una persona con creencias religiosas (CEO, 2023). Dicho de otro modo: hay personas que se dicen católicas pero que, cuando se les pregunta en términos de creencia, no se reconocen como tales. A primera vista, esto puede parecer una contradicción absurda. ¿Por qué una persona que se identifica como católica afirma que no cree? ¿Es posible ser católico y no creer?

Si observamos el fenómeno con más detalle, quizá podamos decir que precisamente esta incongruencia es una de las claves del presente. Nos indica que la categoría «católico» ya no designa necesariamente una fe articulada doctrinalmente ni una práctica viva. Puede designar una adscripción cultural, una memoria familiar, una herencia simbólica, una forma de situarse frente a otras identidades o, simplemente, una respuesta residual a una pregunta que todavía no encuentra nuevas categorías o nuevas formas de definición. Las encuestas, en este senti-

do, no solo miden realidades: también revelan hasta qué punto las categorías disponibles se han vuelto insuficientes para captarlas.

También conviene cuestionar los datos vinculados a la categoría de no creencia: quienes se identifican con ella no se concentran todos alrededor del ateísmo, sino que emergen con fuerza categorías como los agnósticos o los indiferentes. Esto pone de manifiesto las limitaciones del binomio creyente/ateo y la necesidad de incorporar nuevas posibilidades de respuesta en las encuestas. La categoría «indiferente», por ejemplo, es tan imprecisa como reveladora. ¿Qué significa exactamente ser indiferente en materia religiosa? ¿Que la pregunta no interesa? ¿Que no moviliza emocionalmente? ¿Que no estructura la propia vida? ¿O simplemente que no se dispone de un lenguaje lo suficientemente sólido para responderla? Precisamente por ello estas categorías intermedias son tan importantes. No nos permiten cerrar el diagnóstico, pero sí comprender que la no creencia contemporánea no es siempre un ateísmo militante. Es con frecuencia un espacio ambiguo, difícil de clasificar dentro de las categorías clásicas.

Finalmente, aún más significativa es la cuestión de la espiritualidad no institucional. Los datos de Cataluña indican que un 33,6 % de la población no se considera ni espiritual ni religiosa; un 28,6 %, espiritual pero no religiosa; un 19,1 %, tanto religiosa como espiritual; y un 13,8 %, religiosa pero no espiritual (CEO, 2023). Más allá de si estas categorías son perfectas –que no lo son–, su valor es indiscutible: permiten ver que existe un amplio

campo de personas que no se inscriben plenamente en una institución religiosa, pero tampoco viven en un mundo completamente desprovisto de dimensión espiritual o religiosa.

La religión en el eje político derecha-izquierda

Otro elemento pertinente de explorar es la relación entre religión e ideología. En Cataluña, la mayoría de la población católica se sitúa ideológicamente a la izquierda. Este dato desmonta, o al menos matiza, una asociación demasiado automática entre catolicismo y derecha política. Y, sin embargo, al mismo tiempo es necesario constatar otra realidad: casi todas las personas que se sitúan a la derecha son católicas. Esta doble observación resulta muy reveladora porque muestra la complejidad del catolicismo como identidad cultural y social. Por un lado, participa de la distribución ideológica general del país, inclinada hacia la izquierda. Por otro, continúa funcionando como una marca prácticamente hegemónica dentro de los sectores de derecha.

Esto produce una tensión interesante: el catolicismo no es simplemente una identidad política conservadora, pero sigue teniendo una presencia fuerte y casi exclusiva en determinados espacios ideológicos de la derecha y la

extrema derecha. Esta ambivalencia ayuda a comprender por qué el catolicismo contemporáneo puede aparecer al mismo tiempo como una herencia cultural difusa y como un recurso identitario fuerte en espacios políticos concretos.

La recomposición del panorama religioso

Todo ello dibuja un panorama que no puede resumirse ni con el lenguaje de la desaparición ni con el del retorno. Lo que existe es un proceso de transformación muy profundo de los paisajes religiosos. Se resquebrajan las continuidades, se debilitan los rituales, se deteriora la reputación de la institución, pero al mismo tiempo persisten identificaciones, aparecen nuevos registros espirituales, proliferan las formas intermitentes de pertenencia y se multiplican las zonas grises entre fe, cultura, experiencia e indiferencia. Más que ante un vacío, nos encontramos ante un desplazamiento. Más que ante una extinción, estamos ante una recomposición. Y precisamente por ello, para comprender qué significa creer hoy, será necesario ir más allá de las viejas categorías binarias y preguntarnos de qué hablamos realmente cuando hablamos de religión.

¿DE QUÉ HABLAMOS CUANDO HABLAMOS DE RELIGIÓN?

Llegados a este punto, quizá la pregunta más importante no sea si la religión disminuye o persiste, sino de qué hablamos exactamente cuando hablamos de religión. La pregunta no es menor. De hecho, muchas de las confusiones del debate contemporáneo nacen precisamente de aquí. Con demasiada frecuencia utilizamos la palabra «religión» como si designara una realidad compacta, estable y fácilmente reconocible. Pero es necesario ir más allá. Principalmente, por dos razones.

Un concepto puesto en cuestión

En primer lugar, y como explica a menudo Maria Chiara Giorda —catedrática de Historia de las Religiones en la Universidad Roma Tre—, la religión, como tal, no existe. Es una falacia. Es decir, la idea de una religión como categoría universal que puede aplicarse para distinguir un fenómeno histórico que se reproduce en todas las sociedades de forma comparable y equivalente es falsa. No existe. Es una creación de los estudiosos de las religiones y de disciplinas afines que, con voluntad de

clasificar el universo bajo unos mismos parámetros, han creado categorías que aparecen en el debate científico —y paralelamente en el debate público— como si fueran intercambiables.

Con demasiada frecuencia, además, han sido el Dios y la identidad cristianas los que se han impuesto como referentes. Las divinidades del hinduismo difícilmente pueden equipararse al Dios cristiano y, menos aún, religiones como el budismo, en las que ni Dios ni una figura equivalente existen. Del mismo modo, la exclusividad que reclaman religiones como

el cristianismo o el islam en términos de identidad difícilmente la encontramos en otros sistemas de creencias y prácticas, como la santería, el taoísmo o el confucianismo. Son realidades históricas contingentes a su contexto y que difícilmente podemos equiparar de manera automática. Además de esta constatación histórica, existe también una de carácter teórico: no hay ninguna definición de religión que goce de reconocimiento unánime. Esto no significa que todas las definiciones sean erróneas ni que debamos renunciar a encontrar conceptos que permitan comparar realidades diversas, pero sí es importante tener en cuenta la fragilidad de estas definiciones y la dificultad de aplicarlas acríticamente a una realidad empíricamente muy compleja.

En segundo lugar, no es solo que sea complicado definir la religión. Es también que, cuando intentamos describir el paisaje actual, se hacen evidentes todas las contradicciones. Por las múltiples razones ya mencionadas: hay personas que se declaran católicas y no practican; otras que no se definen como religiosas pero buscan experiencias de interioridad; algunas mantienen una adhesión cultural a una tradición, y otras viven formas de trascendencia muy intensas al margen de toda institución. Por tanto, si queremos comprender el presente, no basta con repetir las categorías de siempre. Hay que ir más allá del relato teleológico que identifica modernidad con desaparición de la religión, pero también más allá del relato binario que queda atrapado en la distinción entre religioso y no religioso. Lo que tenemos delante es una gama creciente de grises.

Para arrojar algo de luz sobre esta cuestión, puede ser útil distinguir dos maneras de hablar de religión. Por un lado, la religión como identidad cultural; por otro, la religión como experiencia de trascendencia. Como hemos visto, históricamente ambas dimensiones iban mayoritariamente unidas. La pertenencia a una tradición, la participación en una comunidad, la vinculación a una institución y la búsqueda de sentido o de contacto con lo trascendente se sostenían mutuamente. Un mismo universo simbólico proporcionaba a la vez identidad y experiencia de trascendencia. Hoy, en cambio, estas dimensiones tienden a separarse. Y esta separación, más que la simple pérdida de religión, constituye una de las claves para comprender nuestro momento histórico.

Esta idea del desdoblamiento resulta especialmente útil porque ayuda a interpretar muchas paradojas que los datos, por sí solos, no terminan de explicar. ¿Cómo es posible que alguien se declare católico y al mismo tiempo diga que no tiene creencias religiosas? ¿Cómo es posible que alguien se aleje radicalmente de la Iglesia y, sin embargo, continúe buscando espacios de meditación, experiencias de silencio o lenguajes de trascendencia? ¿Cómo puede ser que la sociedad se desritualice y, aun así, continúe llena de signos, objetos y prácticas que apuntan hacia alguna forma de lo sagrado? Estas preguntas dejan de parecer contradictorias cuando entendemos que una persona puede conservar una identidad religiosa sin buscar una experiencia espiritual intensa, o bien buscar una experiencia de trascendencia sin reconocerse en ninguna religión institucional.

La religión como identidad cultural

En su primera dimensión, la religión funciona como una comunidad imaginada en los términos definidos por Benedict Anderson (1983/2006); es decir, como un nosotros colectivo que remite a un pasado, una memoria, una genealogía y un patrimonio. No es solo una cuestión de fe personal. Es también una forma de reconocerse como parte de una herencia y de un paisaje simbólico determinado, y de formar parte –aunque sea de manera muy laxa– de un relato común. En este registro, las instituciones religiosas aparecen sobre todo como guardianas de la tradición. Su papel ya no es necesariamente el de suscitar una adhesión plena o una práctica sostenida, sino el de custodiar una continuidad: un vocabulario, unas festividades, unas formas de memoria, unos símbolos públicos, una manera de decir «nosotros».

Esta dimensión identitaria permite comprender muchas formas de pertenencia aparentemente débiles, pero socialmente muy significativas. Hay personas que no van a misa, no rezan y, sin embargo, siguen diciendo «yo soy católico». La afirmación puede resultar desconcertante, pero cobra sentido cuando entendemos que, en estos casos, el catolicismo no funciona principalmente como fe doctrinal ni como experiencia interior, sino como identificación cultural. Es lo que Grace Davie identificó con la conocida expresión *belonging without believing* ('pertenecer sin creer'). La religión deja de ser una convicción teológica y se convierte en una manera de decir de dónde vengo, a qué paisaje simbó-

lico pertenezco y qué pasado reconozco como propio, incluso frente a otras identidades percibidas como externas o rivales.

Hacia un catolicismo banal

Esto explica también por qué la religión puede mantener una presencia pública incluso cuando la práctica religiosa disminuye. Aquí puede resultar útil recuperar la noción de «catolicismo banal», que he desarrollado en otras publicaciones (Griera et al., 2021; Griera y Clot-Garrell, 2015). El concepto procede, por analogía, del «nacionalismo banal» de Michael Billig (1995). El sociólogo británico sostenía que el nacionalismo no se reproduce únicamente en los momentos exaltados, cuando alguien ondea una bandera con pasión o proclama una identidad de manera explícita. Se reproduce, sobre todo, en formas mucho más discretas: la bandera que cuelga de un edificio público y que ya nadie mira, los mapas, los himnos, las rutinas administrativas o los «nosotros» que aparecen en el lenguaje cotidiano. Es banal no porque sea insignificante, sino porque es tan cotidiano que deja de percibirse como ideología.

Con el catolicismo sucede algo parecido. En una sociedad como la nuestra, el catolicismo no persiste únicamente allí donde existen manifestaciones visibles de fe, práctica regular o adhesión doctrinal. Persiste también en el calendario festivo, en las ceremonias públicas, en la toponimia, en el patrimonio cultural, en los rituales familiares, en las formas de duelo y de celebración, y en una cierta idea heredada de lo que es culturalmente «nor-

mal». Por eso, a menudo ya no aparece como religión, sino como tradición, cultura o sentido común. Y esa es precisamente su fuerza: puede seguir operando como infraestructura simbólica incluso cuando la creencia se debilita. Esta forma de pertenencia es débil si la comparamos con la devoción clásica, pero no es socialmente irrelevante. Puede tener consecuencias públicas, políticas e identitarias muy notables.

La religión como frontera

Este es también el punto que permite comprender el ejemplo, tan elocuente, de quien protesta contra una mezquita diciendo: «porque aquí somos católicos», pese a no tener ningún vínculo real con la vida eclesial. Este ejemplo muestra hasta qué punto la religión puede aparecer como frontera simbólica, como lenguaje de alteridad y como marca de pertenencia colectiva en un contexto de pluralización. En este registro, «ser católico» no significa necesariamente vivir según los ritmos de la fe ni buscar una relación con la trascendencia. La religión funciona aquí como identidad histórica y cultural o, incluso, defensiva. No es casual que este registro resulte especialmente movilizable en contextos de polarización política o de reacción cultural: allí donde la fe se debilita, la identidad religiosa puede seguir utilizándose como recurso de delimitación simbólica.

La religión como experiencia de trascendencia

La otra cara del desdoblamiento es la religión entendida no tanto como iden-

tidad colectiva, sino como experiencia de trascendencia. Aquí el centro ya no es el nosotros, la tradición o la institución, sino la vivencia del sentido, la interioridad, el contacto con algo que desborda al yo ordinario, la búsqueda de una forma de relación con el mundo que no se reduzca a lo instrumental. En este registro, la pregunta religiosa no se formula en primer lugar como pertenencia, sino como experiencia. Lo que cuenta es la intensidad, la transformación, la sintonía, la sensación de presencia, de profundidad o de conexión.

Siempre resulta complicado intentar desentrañar sociológicamente una experiencia fenomenológica que extrae su fuerza de aquello que provoca en el sujeto, de su capacidad para alterar la experiencia del sentido. Además, si nos adentramos en el pensamiento de quienes la han teorizado, la cuestión se vuelve todavía más compleja. En este texto no podemos profundizar en ello. Permitidme únicamente ofrecer cuatro pistas que nos ayuden a hacernos una idea de aquello de lo que estamos hablando.

Mysterium tremendum et fascinans

Rudolf Otto (1917) propone entender el núcleo de la experiencia religiosa no solo como una creencia, una doctrina o una moral, sino como una vivencia específica: la experiencia de lo numinoso. Lo numinoso es aquello que se impone al sujeto como una presencia otra, difícil de reducir al lenguaje racional ordinario. Otto lo describe mediante una fórmula célebre: *mysterium tremendum et fascinans*. Es misterio porque no puede ser poseído comple-

tamente; es *tremendum* porque desborda, inquieta y hace sentir la propia pequeñez; y es *fascinans* porque al mismo tiempo atrae, cautiva y abre una forma de intensidad.

Esta intuición sigue siendo relevante porque pone de manifiesto la dimensión afectiva de la experiencia religiosa y lo hace prestando atención a aquellos momentos en que la realidad aparece cargada de una densidad especial y el yo queda momentáneamente desplazado de su funcionamiento habitual.

Los diferentes ámbitos de la experiencia

Esta idea puede ponerse en diálogo con la noción de «ámbitos finitos de significación» de Alfred Schütz (1945). Para este autor, la vida cotidiana no es la única forma de realidad que habitamos, aunque sea la que normalmente damos por supuesta. También podemos entrar en otros registros de experiencia —los sueños, el juego, el arte, la contemplación, la teoría o la oración— que poseen una lógica propia, una manera particular de ordenar el tiempo, el cuerpo y la atención. Pasar de un ámbito a otro implica una especie de salto: aquello que en la vida práctica parecía central —la utilidad, el cálculo o el rendimiento— puede quedar en suspenso, y el mundo puede aparecer bajo una luz diferente.

En este sentido, muchas experiencias religiosas o espirituales pueden entenderse como la entrada en un ámbito de significación distinto, donde el sujeto no se relaciona con el mundo únicamente para gestionarlo, sino para dejarse afectar, escuchar, contemplar o transformar.

El flow como experiencia de plenitud

La idea de *flow*, desarrollada por Mihaly Csikszentmihalyi (1990), nos ayuda a describir este tipo de experiencia.

El *flow* designa aquellos momentos de absorción intensa en los que la atención queda plenamente concentrada, la acción parece fluir sin esfuerzo, la percepción del tiempo se modifica y disminuye la distancia reflexiva respecto de uno mismo. No es, en sí mismo, un concepto religioso, pero permite comprender por qué determinadas prácticas —la meditación, el canto, la danza, la oración, el silencio, los paseos por la naturaleza o ciertas experiencias estéticas— pueden generar una sensación de plenitud, conexión y presencia.

Lo que tienen en común no es necesariamente una doctrina, sino una alteración de la relación ordinaria con el mundo. Por eso la trascendencia contemporánea se presenta a menudo no como una afirmación explícita sobre Dios, sino como una experiencia de desbordamiento, sintonía e intensificación: una forma de sentir que, por un instante, la vida no queda reducida a su dimensión funcional.

La incorporación del cuerpo

Esta dimensión no es necesariamente nueva. Históricamente, las tradiciones religiosas se han articulado alrededor de experiencias de interioridad, conversión, gracia, silencio o contemplación. Lo que cambia hoy es que estas experiencias tienden a desvincularse de su inserción institucional y a circular en marcos mucho más heterogéneos.

La búsqueda espiritual ya no pasa exclusivamente por la iglesia, el templo o la comunidad de fe. Puede pasar por el yoga, la meditación, la naturaleza, un retiro, una lectura de crecimiento personal, un gesto corporal, una práctica terapéutica, una experiencia estética o incluso una forma de presencia silenciosa compartida.

En mi trabajo de campo sobre la práctica del yoga en prisión, uno de los internos entrevistados me habló en estos términos: «El yoga te abre la puerta a tu yo interior». Esta idea no solo refuerza lo que venimos diciendo sobre la trascendencia, sino que introduce la corporalidad como elemento central. A través de prácticas como el yoga, el cuerpo deja de ser únicamente soporte material de la fe u obstáculo ascético y se convierte en una mediación privilegiada de sentido.

La trascendencia no aparece necesariamente como un «más allá» separado del mundo vivido, sino como la apertura a una dimensión profunda de la realidad que se revela en la propia experiencia. Esto ayuda a comprender por qué hoy muchas personas rechazan la institución religiosa, pero siguen buscando una experiencia que solo saben describir en términos de interioridad, energía, conexión, paz o profundidad espiritual.

Cuando identidad y trascendencia ya no van juntas

La tesis central que quiero desarrollar es, por tanto, que en nuestra sociedad la búsqueda de trascendencia y la búsqueda de identidad ya no coinciden necesariamente.

En otros momentos históricos, la dimensión institucional y la experiencia espiritual se reforzaban mutuamente. Hoy las trayectorias se han vuelto mucho más diversas. Hay quienes siguen articulando identidad y trascendencia dentro de una misma forma de fe: personas para quienes la pertenencia religiosa y la experiencia espiritual van unidas y en sintonía.

Pero también existen quienes buscan intensamente la espiritualidad fuera de la religión institucional; quienes conservan únicamente una identidad religiosa como herencia cultural; y quienes viven sin religión ni experiencia espiritual.

Cuatro perfiles de la experiencia

Cuando ponemos en relación estas dos dimensiones —la religión como identidad y la religión como trascendencia— emergen cuatro perfiles. No deben entenderse como categorías cerradas ni pretenden simplificar una realidad mucho más porosa, pero sí ayudan a superar las dicotomías clásicas entre creyentes y ateos y a visualizar otras combinaciones posibles.

En primer lugar, están los creyentes devotos, para quienes identidad, práctica, creencia y experiencia religiosa van de la mano: creer significa formar parte de una institución, pero también vivir una relación significativa con Dios, con lo sagrado o con una comunidad de fe.

En segundo lugar, encontramos a los espirituales fuera de la institución: personas que mantienen viva una búsqueda de interioridad, pero que a menudo lo hacen al margen de las formas religiosas heredadas y mediante lenguajes más abiertos: energía, natu-

raleza, silencio, bienestar, presencia o crecimiento personal.

En tercer lugar, aparecen los creyentes identitarios, que pueden reconocerse como católicos, cristianos o vinculados a una tradición religiosa sin que esta identificación vaya necesariamente acompañada de una práctica regular ni de la búsqueda –o vivencia– de experiencias espirituales. Aquí la religión funciona sobre todo como memoria, herencia, cultura o marcador de pertenencia.

Finalmente, estarían quienes clásicamente hemos definido como ateos, para los cuales ni la identidad religiosa ni la pregunta por la trascendencia desempeñan un papel central en la orientación de la vida. No son necesariamente ateos militantes; con frecuencia simplemente habitan un mundo en el que el lenguaje religioso ha dejado de ser relevante o urgente.

Una cartografía compleja

En este sentido, la tesis del desdoblamiento permite releer de manera más afinada los datos analizados anteriormente. Cuando vemos personas que se declaran católicas pero no se consideran creyentes, o personas que se definen como espirituales pero no religiosas, lo que aparece no es una anomalía marginal ni una simple incoherencia individual, sino una sociedad en transformación.

La religión ya no puede darse por supuesta como una totalidad capaz de integrar de forma estable institución, doctrina, identidad, práctica y expe-

riencia. Estos elementos pueden separarse y recombinarse de maneras muy diversas. Y ello no empobrece necesariamente el mundo religioso, pero sí lo hace más difícil de cartografiar.

Durante años, una parte de la sociología de la religión trabajó con el triángulo *belonging*, *believing* y *behaving* como mecanismo para radiografiar la religión: pertenencia, creencia y práctica. El modelo sigue siendo útil, pero ya no basta. El problema no es que estas dimensiones hayan dejado de existir, sino que ya no se mueven conjuntamente.

En el contexto actual, la conocida fórmula *belonging without believing* resulta especialmente sugerente, pero habría que añadir también su reverso: *believing without belonging* ('creer sin pertenecer') o incluso *seeking without naming* ('buscar sin nombrar').

Y esto nos obliga a realizar un ejercicio de humildad conceptual. Tal vez nuestro problema no sea que el mundo se haya vuelto incomprensible, sino que seguimos interrogándolo con categorías demasiado rígidas: religión y secularidad, creyente y no creyente, tradición y emancipación.

Como se ha argumentado, la religión contemporánea no es únicamente la persistencia de las viejas formas ni únicamente el nacimiento de formas nuevas; es también la descomposición de la antigua unidad y su reorganización en configuraciones híbridas. Comprender esto no resuelve todavía el sentido de nuestro tiempo, pero al menos nos evita el error de diagnosticarlo con demasiada rapidez.

¿QUÉ HA CAMBIADO? UN MUNDO EN TRANSFORMACIÓN

Si hoy la religión ya no tiene la misma fisonomía que antes, si identidad y trascendencia tienden a disociarse, y si la búsqueda de sentido adopta formas más fragmentarias, más personales y más inestables, la siguiente pregunta es inevitable: ¿qué ha cambiado en el mundo para que esto sea así?

No basta con constatar que el régimen de la creencia se ha transformado; es necesario intentar comprender qué condiciones sociales, culturales y afectivas han hecho posible esta transformación. Apunto a cinco grandes desplazamientos. No son causas únicas ni funcionan de manera mecánica, pero sí dibujan, en conjunto, el marco dentro del cual se ha reorganizado la experiencia contemporánea de lo sagrado.

Globalización cultural y circulación masiva de bienes espirituales

Un primer cambio fundamental es la globalización cultural y, con ella, la libre circulación de prácticas, imaginarios y bienes espirituales de consumo masivo. Lo que hace unas décadas po-

día ser patrimonio de élites culturales o de circuitos minoritarios –la meditación, determinadas filosofías asiáticas, prácticas de respiración, lenguajes energéticos o formas de interioridad extraídas de otras tradiciones– hoy circula con enorme facilidad a través del mercado, los libros, los talleres y las redes sociales. Es lo que la socióloga Veronique Altglas (2014) denomina «bricolaje religioso».

Este término nos ayuda a comprender cómo, en las sociedades contemporáneas, las personas seleccionan, adaptan y recombinan fragmentos de diversas tradiciones religiosas para construir itinerarios espirituales propios. Sin embargo, esta mezcla no es completamente libre. Depende de qué recursos espirituales circulan globalmente, cuáles son traducidos y comercializados, cuáles adquieren prestigio

cultural y qué necesidades pretenden satisfacer. Prácticas como el yoga, la meditación, la cábala o determinadas formas de budismo son desplazadas de sus contextos originarios y reinterpretadas como técnicas de bienestar, crecimiento personal, autoconocimiento o gestión emocional.

Hace años, junto con Ferran Urgell, publicamos la investigación «Consumiendo Religión. Nuevas formas de espiritualidad entre la población juvenil» (2002), en la que analizábamos esta difusión y expansión de los objetos y prácticas espirituales, subrayando sus dos caras: por un lado, el acceso libre a tradiciones ancestrales; por otro, su banalización y descontextualización.

Por una parte, esta transformación tiene una dimensión emancipadora: rompe monopolios, desplaza la autoridad de las instituciones religiosas y hace accesibles lenguajes y prácticas diversas. Desde esta perspectiva, la globalización espiritual puede interpretarse como una ampliación del campo del sentido. Pero, al mismo tiempo, aquello que circula rápidamente también puede ser fácilmente descontextualizado. Una práctica arrancada de su universo simbólico original puede convertirse en un objeto de consumo, una técnica de bienestar o un simple signo estético. Y puede ser reinterpretada en términos de extractivismo cultural.

Para ilustrarlo, planteo una pregunta que siempre me ha fascinado: ¿por qué hoy, en tantos jardines y espacios domésticos, los antiguos gnomos han sido sustituidos por budas? La pregunta parece banal, pero no lo es. Tal vez la popularización de estas estatuas no indique un aumento de la adhesión al budismo, pero sí evidencia que deter-

minados símbolos espirituales circulan en el mercado de la decoración con la intención de expresar paz, tranquilidad y bienestar. El interés de este fenómeno no reside únicamente en que estos signos puedan constituir apropiaciones culturales superficiales, sino también en que ponen de manifiesto una fascinación contemporánea por las religiones orientales que parece responder a la necesidad de profundidad, equilibrio y conexión, aunque a menudo se exprese de forma fragmentaria y descontextualizada.

La cuestión decisiva aquí no es si esta circulación global de lo sagrado es auténtica o falsa, profunda o banal. La cuestión es que ha modificado radicalmente el campo de posibilidades de la creencia. Ya no buscamos únicamente dentro de una tradición heredada, sino en un amplio mercado cultural y espiritual donde todo es potencialmente accesible, traducible y recombinaable. Un escenario en el que se hacen posibles creencias y prácticas como la reencarnación entendida como una vaga intuición de otra vida posible, la meditación como higiene emocional, el yoga como tecnología del yo o el Buda como objeto decorativo.

Este nuevo escenario erosiona el monopolio de las instituciones religiosas, pero también genera una situación de potencial mercantilización y banalización de las tradiciones espirituales.

Aceleración y desarticulación del tiempo religioso

El segundo gran cambio es la aceleración social. Para el sociólogo alemán Hartmut Rosa (2005/2013), la vida

moderna se caracteriza por un incremento constante de la velocidad en todos los ámbitos: se aceleran las comunicaciones, los desplazamientos, los ritmos de trabajo, las formas de consumo, las expectativas biográficas e incluso las maneras de relacionarnos con nosotros mismos.

Y esto transforma directamente la experiencia religiosa: en una sociedad acelerada resulta muy difícil mantener ritos, hábitos y temporalidades a largo plazo.

La cuestión es fundamental, porque la religión, históricamente, no ha sido solo un conjunto de creencias; también ha sido una forma de ordenar el tiempo. En el mundo que evocaba la figura de la abuela, el tiempo religioso formaba parte de la textura ordinaria de la vida. No era necesario producirlo artificialmente porque estaba incorporado al ritmo colectivo. El domingo, el calendario litúrgico, los ritos de paso, las fiestas patronales, los tiempos de espera y de preparación componían una temporalidad relativamente estable. La religión no aparecía únicamente en momentos excepcionales; marcaba una continuidad, una repetición, una manera compartida de habitar el tiempo.

En nuestro presente, aunque la religión no ha desaparecido, sí se ha replegado hacia momentos puntuales y experiencias singulares: un encuentro, un retiro, una peregrinación, una sesión de meditación o una visita significativa como la del Papa.

Pero esto no representa únicamente una diferencia cuantitativa entre más o menos práctica religiosa. Es una diferencia cualitativa en la manera de relacionarse con lo sagrado. En un mundo acelerado, las formas de religiosidad

encuentran más dificultades para arraigar, mientras que ganan peso las experiencias efímeras pero intensas que no exigen una continuidad estable.

Esto ayuda a comprender por qué la religión contemporánea puede estar al mismo tiempo menos presente en la vida ordinaria y más visible en determinados episodios de excepcionalidad. No estructura necesariamente el día a día, pero puede irrumpir con fuerza en momentos concretos de crisis, duelo, celebración o necesidad de sentido.

Al mismo tiempo, la teoría de la aceleración también nos permite comprender mejor la necesidad de encontrar espacios de pausa, silencio o recogimiento. Como hemos señalado, estos espacios ya no están garantizados por una institución ni por una temporalidad compartida, sino que deben buscarse, reservarse, comprarse o producirse. De ahí la proliferación de talleres, retiros, ejercicios de respiración, prácticas breves, tecnologías del *mindfulness* o formas portátiles de meditación que intentan generar espacios de pausa y silencio.

Y aquí aparece una paradoja muy característica de nuestro tiempo: buscamos prácticas de desaceleración dentro de la misma lógica acelerada que nos ha llevado a necesitarlas. La pausa se convierte en tarea; el silencio, en recurso; la interioridad, en algo que también debe gestionarse.

En este sentido, la tesis de Eugeni Garcia i Rierola (2021) nos permite profundizar, desde una perspectiva empírica, en cómo el silencio se ha configurado como una forma de respuesta tanto a la complejización del panorama religioso como a las tensiones propias del capitalismo tardío. En esta misma línea, este proceso puede

leerse a la luz del concepto de «resonancia» de Hartmut Rosa, entendido como aquella experiencia en la que el mundo deja de presentarse como un objeto mudo, disponible e instrumental y se convierte en algo que nos habla, nos afecta y nos transforma.

Esta noción resulta especialmente sugerente para pensar la religiosidad contemporánea, en la medida en que muchas búsquedas espirituales actuales pueden interpretarse como intentos de recuperar una relación resonante con el mundo en medio de una vida acelerada, saturada y dispersa.

El capitalismo emocional

Un tercer elemento decisivo para comprender la contemporaneidad es el capitalismo emocional. Siguiendo a Eva Illouz (2007), podríamos decir que el capitalismo contemporáneo no solo organiza mercados y formas de consumo; también produce lenguajes afectivos que ordenan la vida social.

Economía y emociones ya no pertenecen a esferas separadas: el mundo laboral exige motivación, flexibilidad y capacidad relacional, mientras que el consumo promete autenticidad y bienestar emocional. En este escenario, el discurso terapéutico se ha convertido en uno de los vocabularios morales centrales de nuestra época. Nos ofrece palabras para comprender el malestar, pero también criterios para evaluarnos a nosotros mismos.

Esto es importante porque la búsqueda de sentido hoy no se despliega en el vacío, sino en un universo cultural que ha convertido las emociones, el bienestar y el cuidado de uno mismo

en ejes centrales de la vida social. Ya no vivimos únicamente bajo las exigencias del trabajo productivo, sino también bajo las exigencias del trabajo emocional.

No basta con hacer, rendir o producir. También hay que sentir adecuadamente, explicarse bien, cuidarse, encontrarse, convertir la propia vida en un proyecto coherente y auténtico. En este sentido, el término «happycracia» (Cabanas e Illouz, 2019) resulta muy ilustrativo de un imperativo moral que nos presiona para parecer felices, construir una vida emocionalmente plena y trabajar constantemente sobre nosotros mismos.

En este régimen, la felicidad, el crecimiento personal y el cuidado del yo dejan de ser únicamente aspiraciones íntimas para convertirse en mandatos sociales. Y esto también tiene consecuencias profundas para la religión y para las formas contemporáneas de construcción del sujeto.

En este punto resulta interesante recuperar la obra de Anthony Giddens (1991), que muestra cómo, en la modernidad tardía, la construcción del yo se convierte en una tarea reflexiva que implica un trabajo activo de elaboración por parte del sujeto.

En este contexto, y volviendo a la religión, muchas prácticas espirituales se popularizan porque parecen ofrecer recursos para esta economía emocional: calma, presencia, gestión de la ansiedad o estabilidad interior. La meditación, el yoga, el silencio o la respiración consciente pueden aparecer como respuestas a un malestar que ya no se expresa necesariamente en términos de pecado, salvación o culpa, sino de ansiedad, herida o alienación.

Las ambivalencias de estas prácticas se hacen evidentes. Por un lado, pueden abrir espacios de interioridad y de resistencia frente a la aceleración y las exigencias del rendimiento. Pueden permitir experiencias de pausa, atención o una relación más profunda con el mundo. Pueden convertirse en espacios de resonancia.

Pero, por otro lado, también pueden quedar absorbidas por el mismo régimen que pretenden compensar. Cuando la espiritualidad entra plenamente en la órbita del capitalismo emocional, corre el riesgo de convertirse en una técnica más de gestión del sujeto: una herramienta para funcionar mejor, sufrir menos o adaptarse con mayor eficacia a unas condiciones de vida capitalistas y neoliberales que permanecen inquestionadas.

Por ello, la pregunta no es únicamente si la espiritualidad sigue vigente, sino qué forma adopta: ¿es una apertura a la trascendencia y a la alteridad o una sofisticada prolongación de la explotación laboral, ahora ejercida sobre uno mismo? Probablemente, en muchos casos, sea ambas cosas a la vez. Y es precisamente esta ambivalencia la que la hace sociológicamente tan relevante.

Crisis de las mediaciones, desinstitucionalización y autoridad de la experiencia

El cuarto cambio es la crisis de las mediaciones.

Tradicionalmente, las grandes instituciones y figuras de autoridad –la Iglesia, la escuela, la ciencia, la medicina o la política– mediaban la relación

con la verdad. Esto no significa que fueran siempre aceptadas sin conflicto, pero sí ocupaban un lugar reconocido en la organización social del saber y del sentido.

Hoy, en cambio, esta confianza se ha erosionado profundamente. Las instituciones siguen activas, pero han perdido su capacidad de imponerse como evidentes.

Este desplazamiento resulta central para comprender las formas contemporáneas de religión y espiritualidad. Cada vez cuesta más aceptar una verdad únicamente porque esté avalada por una tradición o una autoridad externa. La fe, para resultar significativa, debe ser experimentada, sentida y verificada en primera persona.

Lo que antes podía formularse como «Dios lo quiere así», «la Iglesia lo enseña así» o «la tradición lo dice así», hoy debe pasar por el filtro del sujeto: «yo lo siento así», «esto me resuena», «me hace bien» o «lo he vivido».

La verdad religiosa deja de ser únicamente una doctrina que se acepta para convertirse en una experiencia que debe resultar interiormente plausible.

Esto explica, al menos parcialmente, por qué la espiritualidad contemporánea suele formularse en términos de autenticidad, de conexión con el «yo interior» o de escucha del cuerpo. La religión deja de ser, prioritariamente, la recepción de un mundo heredado y se convierte cada vez más en un proceso de autenticación a partir del sujeto. La trascendencia ya no se presenta tanto como una voz que viene de fuera, sino como una llamada que emerge desde dentro.

En una primera lectura, esta transformación tiene una dimensión emancipadora: desplaza jerarquías rígidas, erosiona autoridades que pudieron resultar opresivas y otorga valor a la experiencia propia. Al mismo tiempo, permite que las personas se reapropien de su itinerario espiritual sin quedar sometidas a una institución que decide qué deben creer, cómo deben vivir o qué vínculo deben mantener con lo sagrado.

Sin embargo, esta aparente libertad y responsabilidad personal tiene una cara más ambigua. Cuando la validación última recae exclusivamente en el propio sentir, el criterio de verdad puede quedar sometido a la inmediatez emocional o a una autenticidad meramente percibida. Si toda mediación queda desacreditada y el sujeto se ve obligado a decidir por sí solo, el cuerpo y la emoción pueden acabar funcionando como únicos criterios de legitimación. Esto puede derivar en una forma de individualismo epistemológico que deja al sujeto expuesto a posibles formas de manipulación: «si lo siento, es verdad»; «si me interpela, es legítimo»; «si me hace bien, es bueno».

Y esta situación vuelve al sujeto más vulnerable ante determinadas lógicas del presente. Por una parte, frente a la lógica neoliberal de la libertad personal y la autogestión: «elige», «optimízate», «sana», «reinventate». Por otra, frente a fenómenos sociales como el conspiracionismo y las nuevas formas de gregarismo, que ofrecen narrativas simples y certezas fuertes en tiempos de incertidumbre.

Vista así, la situación pone de manifiesto que la pérdida de credibilidad institucional no conduce necesaria-

mente a un sujeto más autónomo y crítico; también puede propiciar nuevas formas de dependencia respecto a comunidades emocionales o autoridades carismáticas que prometen acceso a «verdades ocultas».

Pero, una vez más, conviene evitar lecturas excesivamente simples. No pasamos de un mundo con autoridad a otro que carece de ella. Más bien pasamos de un régimen de mediaciones fuertes a un régimen de mediaciones más débiles, pero múltiples y disputadas. Las instituciones religiosas continúan existiendo, pero ya no pueden dar por supuesta la obediencia. Las tradiciones siguen ofreciendo rituales y formas de vida, pero deben competir con otros repertorios disponibles.

En este contexto, la experiencia personal se convierte en un criterio decisivo, aunque no siempre suficiente. Puede orientar, pero también puede engañar; puede liberar, pero también puede dejar al sujeto a merced de las veleidades del presente.

Por eso, la pregunta de fondo ya no es únicamente quién posee hoy autoridad en materia religiosa, sino cómo se construye esa autoridad. ¿Proviene de una institución? ¿De una tradición? ¿De un maestro espiritual? ¿Del cuerpo? ¿De la biografía? ¿De la propia experiencia?

La respuesta contemporánea es cada vez más plural e inestable. Y es precisamente aquí donde se juega una parte importante del cambio religioso actual: no solo en la pérdida de peso de las instituciones, sino también en la transformación de los criterios a partir de los cuales una experiencia es reconocida como significativa o capaz de orientar la vida.

La modernidad como gimnasio de crecimiento personal

El quinto elemento enlaza, en buena medida, todos los anteriores: la conversión de la vida en un ejercicio permanente sobre uno mismo.

Peter Sloterdijk (2009/2013) lo formula mediante la noción de «antropotécnica», según la cual los seres humanos no solo viven, sino que se entrenan para llegar a ser de una determinada manera. Las religiones, las escuelas filosóficas y las disciplinas corporales han sido históricamente formas de este entrenamiento: maneras de educar la atención, el deseo, el cuerpo y la voluntad. La religión, en este sentido, nunca ha sido únicamente un sistema de creencias; también ha sido una pedagogía de la transformación.

Lo que cambia en la modernidad tardía es que esta exigencia de transformación se desvincula de los grandes marcos religiosos y se generaliza como mandato cultural. Ya no basta con existir; es necesario trabajarse a uno mismo. El sujeto contemporáneo está llamado a actualizarse constantemente, no solo en el ámbito profesional, sino también en su relación con el cuerpo, las emociones y la propia interioridad.

Ya lo hemos señalado anteriormente: el capitalismo emocional desplaza –o extiende– la dimensión laboral hacia el propio yo. El antiguo lenguaje de la ascesis o de la conversión reaparece traducido a los términos del crecimiento personal.

Esta intuición resulta importante porque muestra que la búsqueda contemporánea de sentido no se inscribe únicamente en un universo de crisis,

sino también en un universo de exigencia. Muchas personas no buscan solamente consuelo, sino transformación. No desean únicamente creer algo, sino convertirse en alguien diferente: habitar su propia vida con más conciencia, más calma o más coherencia. Es aquí donde muchas prácticas espirituales encuentran una poderosa capacidad de atracción.

Pero esta promesa es profundamente ambivalente, como ya hemos subrayado en apartados anteriores. Por una parte, puede abrir espacios reales de transformación frente a las lógicas agotadoras del presente. Por otra, puede convertirse fácilmente en una nueva obligación: la de mejorarse indefinidamente. Bajo la óptica de la optimización, la vida espiritual corre entonces el riesgo de convertirse en una extensión del rendimiento.

Esta tensión se hace especialmente visible cuando el crecimiento personal aparece como uno de los elementos que más sentido aporta a la vida, inmediatamente después de la familia y los amigos (véase OPRE, 2025). Más allá de la cifra exacta, el dato resulta revelador: transformarse a uno mismo ya no es solo una moda terapéutica o un producto cultural, sino uno de los elementos centrales que contribuyen a otorgar sentido a la existencia.

Esto permite comprender una de las paradojas más intensas del presente. Las prácticas espirituales pueden aparecer como una vía de salida del mundo acelerado y emocionalmente exigente que hemos descrito. Pero, con frecuencia, utilizan el mismo lenguaje que ese mundo: autonomía, autenticidad, transformación y responsabilidad personal.

La pregunta final, por tanto, no es únicamente si seguimos buscando sentido, sino bajo qué forma se nos permite buscarlo. En una sociedad que convierte la vida en proyecto, incluso la búsqueda espiritual puede quedar atrapada en la lógica del ejercicio permanente.

Sin embargo, también es cierto que, dentro de esa misma lógica, todavía pueden aparecer momentos de desplazamiento: experiencias que no sirven únicamente para mejorar el yo, sino para suspenderlo; no solo para hacernos más eficientes, sino para abrirnos a algo que no controlamos del todo.

Quizá aquí resida una de las claves del presente religioso: la tensión entre una espiritualidad entendida como entrenamiento del yo y una espiritualidad entendida como posibilidad de salir, aunque sea por un instante, de la centralidad del yo.

Una nueva manera de creer

Si reunimos estas cinco dimensiones —globalización cultural, aceleración, capitalismo emocional, crisis de las mediaciones y autooptimización— lo

que aparece no es simplemente una religión debilitada, sino un nuevo régimen de la creencia.

La cuestión no es únicamente que las instituciones religiosas hayan perdido centralidad. Es que ha cambiado el mundo social en el que una determinada forma de creencia podía arraigar y parecer evidente.

Lo sagrado circula más, pero arraiga menos. La experiencia pesa más, pero resulta más difícil discernir quién la interpreta y quién la legitima. La búsqueda de sentido no desaparece, pero queda expuesta a nuevos mercados y a nuevas exigencias sobre el yo.

Este es, probablemente, el mundo que separa la voz de la abuela con la que comenzaba este texto de la voz de nuestro presente. No hemos pasado simplemente de una sociedad religiosa a una sociedad secular. Hemos pasado de un mundo en el que el sentido podía darse por supuesto a un mundo en el que el sentido debe buscarse y legítimarse entre ofertas diversas.

Lo que caracteriza a la modernidad no es únicamente la pérdida de centralidad de Dios, sino el cambio de las condiciones sociales de la creencia.

CONCLUSIÓN: LA BÚSQUEDA DE SENTIDO EN UN MUNDO CONVULSO

Después de todo lo que hemos visto, quizá la pregunta decisiva ya no sea si vivimos en una sociedad más o menos religiosa, o si la secularización ha avanzado más de lo que preveían los clásicos. La pregunta decisiva es otra: ¿cómo busca sentido una sociedad que ha perdido las grandes continuidades simbólicas y que, precisamente por ello, sigue necesitando orientación?

Porque este es, en el fondo, el punto al que conduce toda la reflexión anterior. No venimos únicamente de un mundo religioso que se ha debilitado; venimos también de un mundo que ofrecía estructuras relativamente estables para orientarnos ante las necesidades de la vida, la muerte y el sufrimiento. Y vivimos ahora en un tiempo en el que esas estructuras se han desarticulado, pero la necesidad de sentido no se ha desvanecido.

Existe una fuerte tentación de interpretar el presente únicamente en clave de pérdida: pérdida de transmisión, de ritualidad compartida, de autoridad simbólica y de lenguajes comunes. Todo ello es cierto. Pero si nos quedamos únicamente ahí, acabamos di-

bujando un mundo demasiado vacío, demasiado inerte y demasiado fácil de explicar.

En la actualidad, la demanda de sentido no se ha extinguido. Lo que se ha multiplicado es la dificultad para darle forma. De ahí surge esa sensación tan contemporánea de saturación e intemperie al mismo tiempo: existen muchos proveedores de sentido, muchas prácticas, muchos lenguajes y muchas ofertas, pero resulta difícil saber cuáles orientan realmente, cuáles solo consuelan de manera momentánea y cuáles terminan reproduciendo el mismo malestar que prometían aliviar.

Quizá, precisamente por eso, el gran cambio espiritual de nuestro tiempo no sea tanto la pérdida de Dios

como la pérdida de respuesta. Esto no significa que hayan desaparecido las experiencias de trascendencia o la búsqueda de sentido, sino que se ha debilitado nuestra capacidad para sentirnos interpelados por el mundo.

La cuestión no es únicamente si existe sentido, sino si, en un contexto acelerado, todavía sabemos reconocerlo; si siguen existiendo formas de mundo capaces de tocarnos, descendernos y abrirnos más allá del encierro del yo administrado.

Sin espacios de resonancia, en los términos de Hartmut Rosa, aparece el vacío de sentido. No porque el mundo no contenga nada, sino porque nuestra relación con él dificulta cada vez más la experiencia de sentirnos interpelados. La cuestión de la creencia hoy no pasa únicamente por una discusión sobre dogmas o doctrinas, sino por la posibilidad misma de una relación no alienada con la realidad.

Por ello, la conclusión de este cuaderno no puede consistir en un elogio ingenuo de cualquier espiritualidad disponible, pero tampoco puede refugiarse en la superioridad intelectual de calificar como trivial, *new age* o mercantilizada toda búsqueda contemporánea de sentido. Detrás de muchas de estas prácticas existe una búsqueda auténtica.

Quizá el Buda de jardín sea un síntoma de apropiación cultural superficial, pero también puede representar el intento torpe de crear un pequeño espacio de pausa, interioridad o resonancia en medio de una vida saturada. Tal vez no se inscriba en una gran tradición ni en una disciplina espiritual consolidada, pero despreciarlo sin más supondría ignorar la necesidad que late en él.

De la interioridad

La pregunta, por tanto, no consiste en condenar estas formas, sino en comprender si, más allá de la banalización, pueden responder a la necesidad de sentido e interioridad. Esta es, probablemente, una de las grandes tareas de quienes desean transformar el presente y, sin duda, una de las preguntas que atraviesan a Cristianisme i Justícia.

¿Cómo construir espacios de interioridad espiritual que no se reduzcan ni a un consumo simbólico ni a un refinamiento narcisista del yo?

Como hemos visto, la interioridad es al mismo tiempo indispensable y ambigua. Puede convertirse en un espacio de resistencia frente a la aceleración, el rendimiento y el agotamiento, pero también puede ser absorbida por la misma lógica de autooptimización que pretende cuestionar. El problema no es la interioridad en sí misma, sino el riesgo de que se desconecte de toda alteridad, de toda memoria, de todo vínculo y de toda pregunta compartida sobre el mundo.

Hacia una salida del yo

Y aquí emerge una pregunta imprescindible: ¿cómo hacer que esta necesidad de espiritualidad, interioridad o silencio no desemboque únicamente en una experiencia autorreferencial?

¿Cómo hacer que la experiencia de trascendencia tenga una traducción pública y política sin diluirse por ello en una consigna? ¿Cómo conseguir que aquello que alguien vive corporal e íntimamente, en el espacio del silencio o de la meditación, no quede encerrado en un yo que solo se contempla a sí

mismo, sino que pueda alimentar una forma distinta de estar con los demás, de orientar el presente y de imaginar el futuro?

Esta intuición señala una de las mayores debilidades de nuestro tiempo. Durante años hemos diagnosticado el presente como si su principal mal fuera el individualismo, pero quizá se trate de un tópico que conviene matizar.

La gente no vive simplemente «a lo suyo». De hecho, habitamos un mundo de alta intensidad relacional: estamos permanentemente conectados, pendientes de los demás, expuestos a sus vidas, necesidades y miradas. El problema no es la ausencia de relación, sino su forma.

Tenemos mucha relación y poca comunidad; mucha conexión y poco acompañamiento; mucha exposición y poco cuidado sostenido. Dicho de otro modo: nuestra época no padece únicamente aislamiento, sino una manera de relacionarse que individualiza la culpa y la responsabilidad y que no sabe sostener vínculos capaces de acompañar la fragilidad.

Una espiritualidad crítica y afectiva

Esto obliga a formular una segunda tarea: ¿cómo construir comunidades de cuidado y acompañamiento en un mundo que vive conectado pero no siempre vinculado?

Esta pregunta es espiritual y política a la vez. Es espiritual porque toda experiencia de sentido necesita algún tipo de sostén, de lenguaje y de forma compartida. Pero también es política, porque remite a la manera en que una sociedad distribuye vulnerabilidades, construye confianza y acompaña la vida frágil.

La pregunta por la comunidad es inseparable de la pregunta por el sentido. No existe búsqueda espiritual que pueda sostenerse durante mucho tiempo si no encuentra, de algún modo, formas compartidas de habitar el mundo.

Además, si la búsqueda de sentido queda completamente separada de la justicia, corre el riesgo de convertirse en una técnica privada de supervivencia, en una gestión íntima del malestar o en una forma cultivada de evasión. Pero si la política se construye ignorando la necesidad de sentido, emoción, interioridad y esperanza, termina hablando un lenguaje agotado, incapaz de movilizar el deseo y de construir futuro.

En este sentido, cuando los discursos emancipadores renuncian a trabajar la dimensión afectiva, corporal y simbólica de la vida, dejan ese terreno libre a relatos regresivos que sí saben apelar al miedo, a la nostalgia o al deseo de comunidad.

Por eso el problema no es únicamente cómo defender una espiritualidad crítica, sino también cómo imaginar una política que no esté escindida de la experiencia interior. No se trata ni de sacralizar la política ni de politizarlo todo. Se trata de admitir que los seres humanos no se mueven únicamente por intereses, cálculos o ideas, sino también por formas de vinculación afectiva, por experiencias de profundidad, por imágenes de plenitud y por horizontes de sentido.

Cuando este registro queda huérfano, la vida pública se empobrece. Cuando queda monopolizado por relatos identitarios, conspirativos o reaccionarios, la vida pública se degrada. La cuestión es si somos capaces de

pensar formas de sentido que no sean ni regresivas ni meramente privatizadas.

La buena vida como horizonte de sentido

En este contexto, las nociones de «resonancia» y de «nostalgia reflexiva» desarrolladas por Hartmut Rosa (2005; 2016) y Svetlana Boym (2001), respectivamente, pueden constituir dos pistas especialmente fecundas.

La primera porque permite imaginar una relación con el mundo que no sea ni de dominación ni de indiferencia: una relación hecha de escucha, afectación, reciprocidad y apertura a aquello que no controlamos por completo.

La segunda porque permite rescatar la nostalgia de su captura reaccionaria. No toda nostalgia es deseo de restauración. Existe también una nostalgia creativa, crítica, capaz de recordar no tanto un orden perdido como una necesidad persistente de conexión: con los demás, con la naturaleza, con el tiempo y con una forma menos violenta de habitar el mundo.

Estas dos vías no ofrecen recetas, pero sí un vocabulario para escapar de la doble trampa de la simple lamentación y del entusiasmo banal.

Quizá, al final, creer hoy no signifique recuperar intacto un mundo que ya no existe, ni celebrar acríticamente cualquier fragmento de espiritualidad que circule por el mercado. Significa algo más exigente y más frágil: aprender a habitar la tensión entre el deseo de sentido y la conciencia de su precariedad.

No hay aquí plenitud garantizada, ni retorno a ninguna evidencia perdida, ni promesa de una reconciliación fácil. Pero tampoco hay resignación. Hay, más bien, la voluntad de tomarse en serio esta búsqueda humana de profundidad, de relación, de orientación y de futuro, sabiendo que hoy ya no puede apoyarse en los mismos dispositivos que la sostuvieron en otros tiempos.

Y quizá sea aquí donde la pregunta por la creencia se vuelve más punzante. Ya no es únicamente una pregunta sobre la religión; es una pregunta sobre la posibilidad misma de «la buena vida»; una vida que no quede reducida a la administración de sí, a la supervivencia emocional o al consumo de pequeños sustitutos de trascendencia.

Una pregunta, en definitiva, por las formas en que todavía podemos dejarnos interpelar por el mundo y por los demás sin ceder ni al cinismo ni a la credulidad.

BIBLIOGRAFIA

- ALBERT-BLANCO, V.; MARTÍNEZ, R.; ARBÓS, R. (2025). [*La religiositat de la joventut catalana*](#). Generalitat de Catalunya. Departament de Drets Socials i Inclusió. Direcció General de Joventut.
- ALTGLAS, V. (2014). *From yoga to kabbalah: Religious exoticism and the logics of bricolage*. Oxford University Press.
- ANDERSON, B. (2006). *Imagined communities: Reflections on the origin and spread of nationalism* (Rev. ed.). Verso.
- BERGER, P. L. (1994). *Una gloria lejana: la búsqueda de la fe en una época de incredulidad*. Herder.
- BERGER, P. L. (2014) *The many altars of modernity: Toward a paradigm for religion in a pluralist age*. Walter de Gruyter.
- BILLIG, M. (1995). *Banal nationalism*. SAGE Publications.
- BOYM, S. (2001). *The future of nostalgia*. Basic Books.
- CABANAS, E.; ILLOUZ, E. (2019). *Happycracia: Cómo la ciencia y la industria de la felicidad controlan nuestras vidas*. Paidós.
- CENTRE D'ESTUDIS D'OPINIÓ (2023). [*Baròmetre sobre la religiositat i sobre la gestió de la seva diversitat 2023*](#). Generalitat de Catalunya.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.
- DAVIE, G. (2006). «[*Religion in Europe in the 21st century: The factors to take into account*](#)». *European Journal of Sociology / Archives Européennes de Sociologie*, 47(2), 271-296.
- GARCIA I RIEROLA, E. (2021). [*Sintonia callada: Sociabilitat i transcendència en pràctiques modernes de silenci*](#) [Tesi doctoral, Universitat Autònoma de Barcelona].
- GAUCHET, M. (1985). *Le désenchantement du monde: Une histoire politique de la religion*. Gallimard.

- GIDDENS, A. (1991). *Modernity and self-identity: Self and society in the late modern age*. Stanford University Press.
- GRIERA, M.; CLOT-GARRELL, A. (2015). «[Banal is not trivial: Visibility, recognition, and inequalities between religious groups in prison](#)». *Journal of Contemporary Religion*, 30(1), 23-37.
- GRIERA, M.; MARTÍNEZ-ARIÑO, J.; CLOT-GARRELL, A. (2021). «[Banal Catholicism, morality policies and the politics of belonging in Spain](#)». *Religions*, 12(5), 293.
- HERVIEU-LÉGER, D. (1993). *La religion pour mémoire*. Éditions du Cerf.
- ILLOUZ, E. (2007). *Cold intimacies: The making of emotional capitalism*. Polity Press.
- OBSERVATORIO DEL PLURALISMO RELIGIOSO EN ESPAÑA (2025). [Barómetro sobre religión y creencias en España \(BREC 2025\): Informe técnico](#). Observatorio del Pluralismo Religioso en España.
- OTTO, R. (1917/1958). *The idea of the holy: An inquiry into the non-rational factor in the idea of the divine and its relation to the rational* (J. W. Harvey, Trans.). Oxford University Press.
- ROSA, H. (2005/2013). *Social acceleration: A new theory of modernity* (J. Trejo-Mathys, Trans.). Columbia University Press.
- ROSA, H. (2016/2019). *Resonance: A sociology of our relationship to the world* (J. Wagner, Trans.). Polity Press.
- SCHÜTZ, A. (1945). On multiple realities. *Philosophy and Phenomenological Research*, 5(4), 533–576.
- SLOTERDIJK, P. (2009/2013). *You must change your life* (W. Hoban, Trans.). Polity Press.
- TAYLOR, C. (2007). *A secular age*. Harvard University Press.
- WEBER, M. (1905/2011). *The Protestant ethic and the spirit of capitalism* (S. Kalberg, Trans.). Routledge.

PREGUNTAS PARA LA REFLEXIÓN

1. ¿Cómo me interpela la fragmentación que describe la autora en las formas de vivir la creencia? ¿Hasta qué punto reconozco este diagnóstico en mi entorno personal, pastoral, comunitario, etc.?
2. Ante el auge del «catolicismo banal» o meramente cultural, ¿cómo podemos evitar que la identidad religiosa funcione como una frontera defensiva frente al pluralismo?
3. ¿Son mis prácticas de silencio y meditación vías de desaceleración y de diálogo con Dios, o simples herramientas de autooptimización para rendir mejor en un sistema exigente?
4. Al tomar decisiones vitales, ¿me guío únicamente por lo que «yo siento» o «yo experimento» que está bien? ¿Qué herramientas me ayudan a diferenciar una convicción profunda de un autoengaño emocional?
5. ¿Cómo conecto mi búsqueda íntima de espiritualidad y silencio con el compromiso activo por la justicia social y la creación de auténticas comunidades de cuidado?

Cristianisme i Justícia (Fundació Lluís Espinal) es un centro de estudios creado en Barcelona el año 1981. Agrupa un equipo de voluntariado intelectual que tiene por objetivo promover la reflexión social y teológica para contribuir a la transformación de las estructuras sociales y eclesiales. Forma parte de la red de centros Fe-Cultura-Justicia de España y de los Centros Sociales Europeos de la Compañía de Jesús.

Cuadernos CJ

Últimos títulos

- 239. *Dar razón de la esperanza en tiempos de incertidumbre*. F. J. Vitoria
- 240. *Hacia el poscapitalismo*. R. Díaz-Salazar
- 241. *Testimonios de un Dios que no extraña*. Cristianisme i Justícia
- 242. *El malestar bueno*. R. Zafra
- 243. *Fe y Justicia. Celebrando nuestras raíces*. P. Álvarez de los Mozos
- 244. *Desconectados. Por una vida improductiva*. J. Laguna
- 245. *Cántico de las Criaturas. Las palabras de un pobre que celebra*. V. Herrero
- 246. *El deseo de sentido*. M. Giera

La Fundació Lluís Espinal envía gratuitamente los cuadernos CJ. Si desea recibirlos, pídalos a:

Cristianisme i Justícia

Roger de Llúria, 13, 08010 Barcelona
93 317 23 38 • info@fespinal.com
www.cristianismeijusticia.net

También puede descargarlos en:
www.cristianismeijusticia.net/es/cuadernos

Colabora con nosotros:
www.cristianismeijusticia.net/es/donativos

